

वि. १५४५४

1. དབྱིད་དཔལ་བྱ་མོ།



དབྱིད་དཔལ་.....

བྱ་མོ་བར་སྒྲུང་ནས་.....

དལ་བྱར་འཕྱར་.....

འོངས། ཁོ་མོ་ཐོག་མར་

རི་མཐོན་པོ་བརྒྱད་.....

ནས་ཆུ་དང་གཙང་.....

པོ་འོ་གས་སུ་ཐེབས།

ནགས་ཚལ་བརྒྱད་ནས་ས་གནི་ལ་ཐོན་ཏེ། དབྱིད་

ཆུང་དང་ཆར་བ་མི་ཡུལ་དུ་བསྐྱལ། དེ་ནས་ས་

གནི་ཆེན་པོས་ལྗང་མདོག་གི་ལྷ་བ་རྒྱན་ཞིང་། མེ་

ཏྲིག་དང་ཚེ་ཤིང་ཐམས་ཅད་དགའ་ནས་ལག་པ་
 གཡུག་བྱ་བྱུ་མང་པོ་དཔྱད་དཔལ་བུ་མོ་འི་རྩེས་
 འབྲངས་ཏེ་ཕྱགས་བཞི་མཆམས་བརྒྱད་ལ།
 དཔྱད་དཔལ་བུ་མོ་ཐེབས་བྱུང་ནིས་འཕྲིན་བཟང་
 བསྐྱགས།



ལྷུང་གཞི།

1. བ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རིས་པར་བྱེད་པ།

དབྱིད་དཔལ་བུ་མོ། བར་སྒྲིབ་། དལ་མོ། མཐོན་
པོ། གཙང་པོ། རྒྱས་ཚལ། ས་གཞི། ཆེན་པོ། མི་
ཡུལ། ལྷུང་མདོག་ཅི་ཤིང་། ཐམས་ཅད། འཕྲིན་
བཟང་།

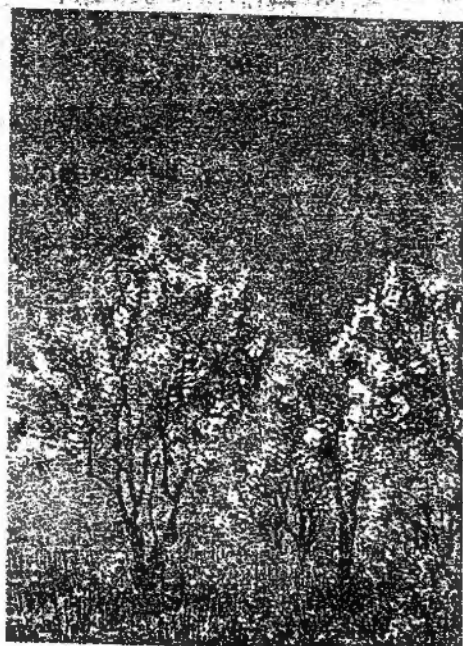
2. གཤམ་གྱི་དྲི་བ་ལ་ལན་ཐོབ་ས།

(1) དབྱིད་དཔལ་བུ་མོ་ས་ཆ་གང་དག་བརྒྱད་ནས་ཐོབ་ས།

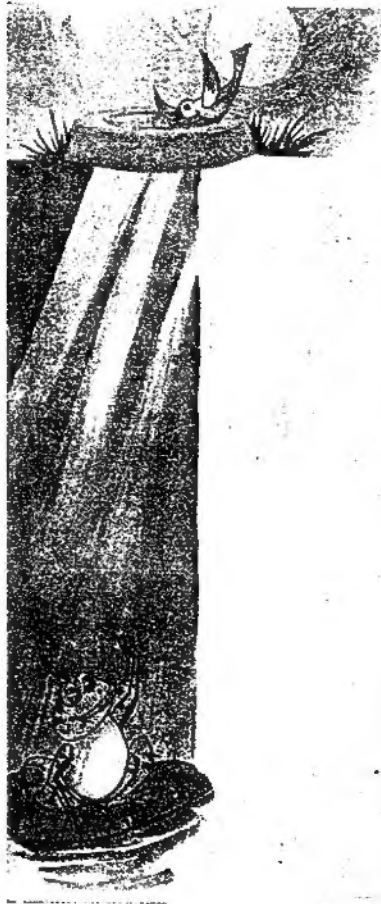
(2) དབྱིད་དཔལ་བུ་མོ་ཐོན་ཆེ་འགྱུར་ཕྱོག་ཅི་ཞིག་ཡིད།

3. མེ་རྟག་ལྷམ་ར་དང་གིང་རྟག་ར་བ།

ང་ཚོ་སྡེ་བའི་སེལ་རྟག་གི་སྤང་བ་མང་པོ་...
བཅུགས་ཡོད། དེའི་ཀར་ཁམ་སྤང་གི་མེ་རྟག་
བཞད་པ་དང་ཀྱུ་ཤུའི་མེ་རྟག་ཀྱང་བཞད་པས།



5. ཁྱིམ་བའི་ནང་ནས་གནམ་ལ་བརྟུ་བ།



སྤལ་བ་ཞིག་ཁྱོན་...
 བའི་ནང་ན་བསྐྱད་.....
 ཡོད། ཕྱིུ་ཞིག་འཕུར་
 འོངས་ནས་ཁྱོན་བའི་...
 ཁར་བབས།

སྤལ་བས་ཕྱིུ་ལ། ..
 ཁྱོད་གང་ནས་འཕུར་...
 འོངས་ཞེས་དྲིས་པ་ལ་...
 ཕྱིུ་ཡིས།

གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་སྤལ་བ་ལགས།

ང་རང་དགུང་སྡོན་གནམ་ནས་འོངས།

ལེ་དབར་བརྒྱ་ཕྱག་རིང་ལ་འཕྱར།

སྒྲིམ་ནས་ཆུ་ཞིག་འཛེལ་དུ་འོངས།

ཞེས་ལན་བཏབ། དེ་ནས་སྤལ་བས།

ཕྱིུ་སྡོན་པ་ང་ལ་ཉྱན།

སྒྲིང་ཆ་ཆོད་མེད་བཤད་མི་འོས།

གནམ་དང་ཁྱོན་ཁ་ཆེ་ཆུང་མེད།

ཐག་རིང་དེ་འདྲར་འཕྱར་དགོས་སམ།

ཞེས་ཟེར། ཕྱིུ་ཆུང་ཆུང་གིས།

གྲོགས་པོ་སྤལ་བ་ལགས།

ཁྱོད་རང་འཆུག་པ་རེད།

གནམ་ལ་ཐུ་མཐའ་མེད།

ཆེ་ཆུང་འཇལ་མི་བྱུང།

ཅེས་བཤད་པ་ལ་སྤལ་བ་དགོད་བཞིན་སྤར་ཡང་
འདི་ལྟར།

གྲོགས་སྒྲིན་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ལ་ཉོན།

ང་ཉྱག་ཏུ་ཁྱོད་པའི་ནང་ན་ཡོད།

མགོ་དགུ་ཆེ་ནམ་མཁའ་གསལ་ལེར་མཐོང་།

ང་སྤལ་བ་འཆུག་རྒྱ་ཡོད་མི་སྤོང་།

ཅེས་བེད། དེ་ནས་བྱིུ་ཡང་གད་མ་དགོད་བཞིན་
ཏུ་འདི་ལྟར།

རྒྱ་ཁྱོད་པའི་ནང་གི་སྤལ་བ།

ཁྱོད་ད་ཐེངས་ངོ་མ་འཆུག་སོང་།

ངའི་གཏམ་ལ་ཡོད་ཆེས་མེད་ན།

ཁྱོད་ཁྱོད་ཁར་བུད་ནས་སྟོས་དང་།

6. ཞིང་བ་དང་སྐྱལ།

སྒོན་ཆད་གང་ངར་ཆེ་བའི་དགུན་ཁའི་.....
 ཉིན་ཞིག་ལ། ཞིང་བ་ཞིག་གིས་ལམ་ཏུ་སྐྱལ་ཞིག་
 འབྱུགས་ནས་ཁོངས་ཡོད་པ་མཐོང་། ཞིང་བས་
 སྐྱལ་དེར་སྤྱོད་རྒྱུས་ནས་རུམ་ལ་བརྩུག་

སྐྱལ་དེར་.....

རྫོང་རྒྱས་ནས་.....
 དབྱུགས་སོས་.....
 རྒྱུ། འཕྲལ་ཏུ་
 ཞིང་བ་དེ་ལ་སོ་
 ཞིག་བཏབ།



ཞིང་བར་དུག་པོ་ག་སྟེ་འཆི་ཁར་སྐྱལ་ནི་མི་ལ་.....
 གཞོན་འཆོ་གཏོང་མཁན་ཞིག་ཡིན་པས། དེ་ལ་
 སྟིང་རྩེ་བྱེད་མི་རུང་བེད་རོ།

ལྷུང་གཞི།

1. བ་སྟོན་འབྲི་བ།

སྟོན་ཆད། གྲང་ངར། དགུན་ཁ། སྟིང་རྩེ།
 གཞོན་འཆོ། འཕྲལ་དུ། འབྲུག་ས། སྐས་པ།
 འཆི་བ།

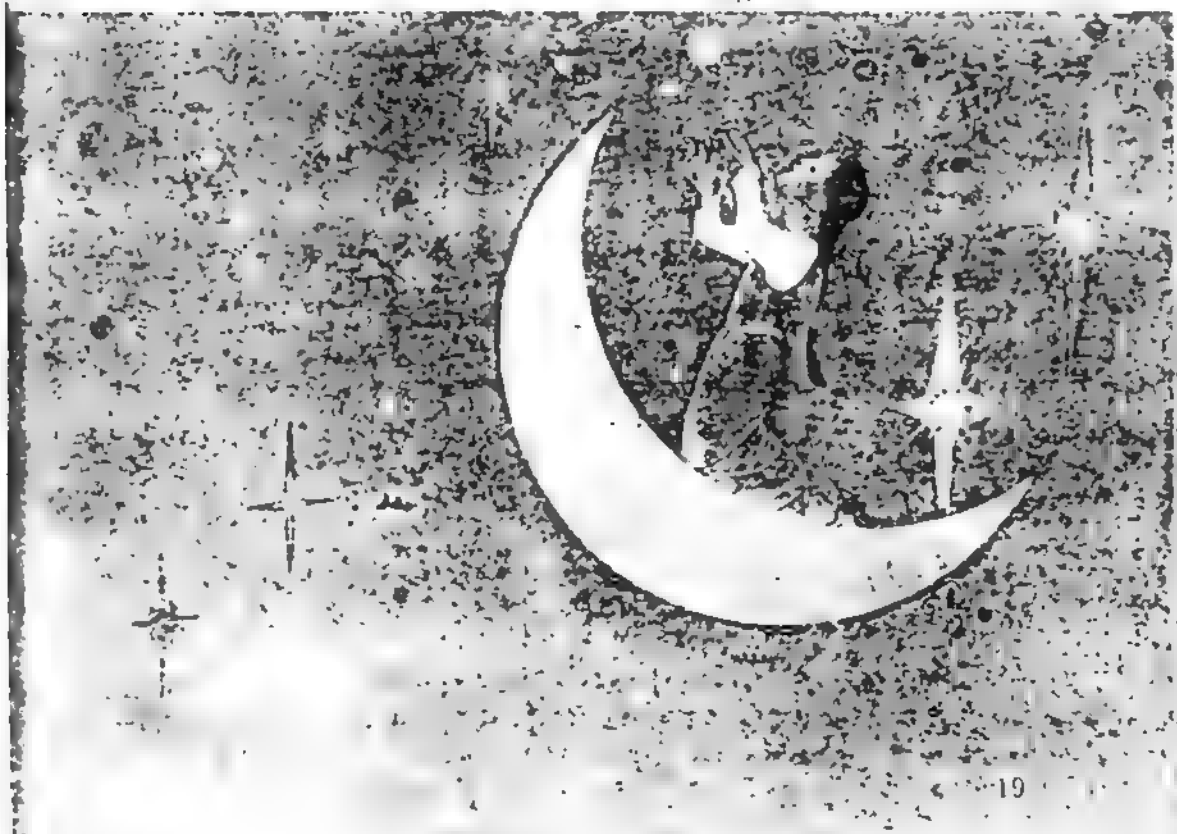
2. ཞིང་བས་འཆི་ཁར་སྐད་ཆ་ཅི་ཞིག་བཤད་པ་དང་ཁོས་ཅི་འདྲི་བྱེད་
 དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཤོད་ཅིག།

3. ཞིང་བས་བཤད་པའི་སྐད་ཆ་སྒྲུབ་ཐོས།

7. ཡར་རོའི་ལྷ་བ་ལྷ་གཟིངས་
ཆུང་ཆུང་འདྲ།

ཡར་རོའི་ལྷ་བ་ལྷ་གཟིངས་ཆུང་ཆུང་འདྲ།

ལྷ་གཟིངས་ཆུང་ཆུང་དེ་ཡི་ཕྱེ་གཉིས་པ།



ང་རང་གྲུ་གཟིངས་སྟེང་རུ་བསྐྱད་པ་ན།
 དགུང་སྟོན་གནམ་ནས་སྐར་འོད་འཛེར་བ་
 མཐོང་།

ལྟར་གཞི།

1. བསྐྱད་འགྲུ་བ།

ཡར་འོ་། ལྷ་བ། གྲུ་གཟིངས། དགུང་སྟོན། སྐར་བ།
 མཐོང་བ། འཛེར་བ།

2. གྲུ་གཟིངས་ཏེ་ཡར་འོ་ལྷ་བའི་སྟེང་རུ་བསྐྱད་ན་ཅི་ཞིག་མཐོང་ཐུབ།
 ཡར་འོ་ལྷ་བའི་དབྱིབས་གཟུགས་ཇི་འདྲ་ཞིག་ཡིན།

3. སྟོབ་ཚན་འདི་སྐར་འཛེན་དགོས།

8. བྱང་བྱང་དཀར་མོ།

བྱང་བྱང་དཀར་མོ་འགའ་ཞིག་གིས།

ཇིང་བྱའི་ནང་ནས་ཉ་མོ་བཟུང་།

ཁོ་ཚོས་ཐོས་ཇིས་ལྷག་མ་རྒྱལ་ས།

ས་ལ་སྤྲས་ནས་བཞིང་རྟགས་བརྒྱབ།



དེ་ནས་བྱང་.....

བྱང་གཅིག་གིས་.....

ཕྱི་དགུང་གི་ཉི་མར་.....

བལྟས་ནས་ཉ་མོ་.....

ཉི་མའི་འོག་དུ་.....

སྤྲས་ཡོད་པ་སེམས་ལ་བཟུང་།

ཡང་ཁྱང་ཁྱང་གཅིག་གིས་མགོ་ཡར་ད་གྱེ་ནས་



བར་སྒྲང་ཁམས་

གྱི་སྒྲིན་དཀར་.....

དུམ་བུ་མཐོང་སྟེ།

^{༡. རྒྱུ་}ཉ་མོ་སྒྲིན་དཀར་

གྱི་འག་དུ་སྒྲས་....

ཡོད་པ་སེམས་ལ་

བབྱང་།

ཁྱང་ཁྱང་གཞན་པ་དེས་ཇིང་བུའི་འགྲམ་གྱི་....

ལྷང་སྒོང་ལ་བལྟས་ནས། ཉ་མོ་ལྷང་སྒོང་གི་འགྲམ་

སྒྲས་ཡོད་པ་སེམས་ལ་བབྱང་།

དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་ས་གནོར་ཤར་...

མ་ཐག་དུ་ཁྱང་ཁྱང་རྒྱམས་གཉིད་ལས་སད་དེ་ཁོ་

ཆོ་རང་རང་སར་ཉ་མོ་བཅའ་དུ་སྤང་བ་འདི་ལྟར།

གཅིག་ནི་ཉི་མའི་ཕྱགས་སུ་འཕུར།

གཅིག་ནི་ཐྱིན་དཀར་འོག་དུ་འཕུར།

གཞན་གཅིག་ཕྱང་སྤང་ལྷགས་སུ་འཕུར།

ཁྱེད་ཁྱེད་གང་གིས་རྟོད་སྤྱོད་དམ།



ཁྱེད་གཞི།

1. ཐ་སྤྱང་འཐི་བ།

ཐྱིང་བུ། ཉ་མོ། ཁོ་ཆོ།

ལྷག་མ། བར་སྤང་།

ཕྱང་སྤང་། བརྟེན་

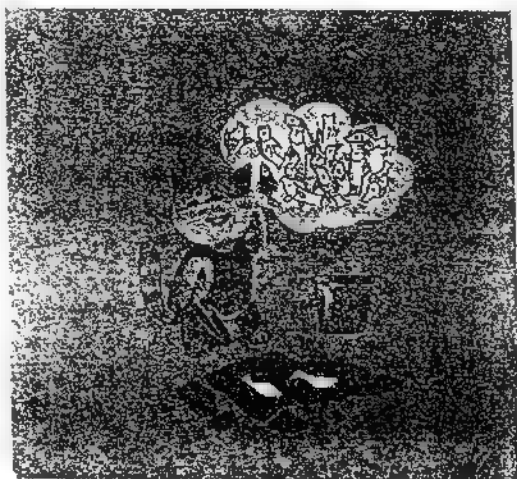
ཉ་གས། ཐྱིན་དཀར།

ལྷགས། གཉིད།

2. ཁྱེད་ཁྱེད་གིས་ཉ་ལྷག་མ་ས་ཆ་གང་དུ་སྤྱོད། ཁྱེད་ཁྱེད་གཞན་པ་གཉིས་

9. བྱི་ལས་ས་བོན་བཏབ་པ།

ཞིང་བས་མ་ཆས་
ལ་རྟོག་དང་ལ་ལྷག་
བཏབ་ནས། རྟོན་
ཀར་ལ་ལེགས་ཆེན་
པོ་བྲུངས།



བྱི་ལས་དེ་.....
མཐོང་ནས་སེམས་
ལ། མ་གཞི་ཅི་ཞིག་
བཏབ་ན་ཅི་ཞིག་.....

སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་
འདེབས་དགོས་སྒྲིམ་པ་

དབྱིང་ཀ་བསྒྲིབས་བྱུང་། བྱི་ལས་ཉ་ལྷན་མང་
པོ་ས་འོག་ཏུ་བཅུག་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་
མོད་པོ་ཞིག་འཕྲོག་པའི་རེ་བ་བཅངས་ཡོད།

སྒྲིམ་པ་ཞི།

1. བསྒྲིམ་པ་ཞི།

ཞིང་བ། མ་ཕྱོགས་ལ་ཏྲ་ག ལ་ལྷན། བྱི་
ལ། ས་པོན། ཉ་ལྷན། མོད་པོ།

2. རི་མོར་བསྒྲིམ་པ་ཞི་ལྷན་པོ་ཞི།

(1) ཞིང་བས་ཅི་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

(2) བྱི་ལས་ཅི་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

(3) སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་སྒྲིམ་པ་

སྒྲིམ་པ་ཞི་ཡིན།

3. སྒྲིམ་པ་ཞི་ཡིན།

14. יבִּיחֵהוּ

ཐུགས་ཀྱི་མཆོད་ཀྱི་ལྷ་ལྟ་བུ་ལྟོས་པའི་དུས་།

॥ श्रीगणेशाय नमः ॥



ལྱས་ཅལ་རྒྱན་འབྱོར་ལྱས་པ་ན།
 ལྱས་པ་བདེ་ཞིང་བར་བར་འབྱར།
 ཞིགས་པ་སློ་རིག་གསལ་བའི་དུས།
 རྩ་མོ་ལངས་ནས་སློབ་སྦྱང་གིས།
 ཐིགས་པ་བསགས་པས་རྒྱ་མཚོ་ལྟར།
 ཉིན་བཞིན་ཡར་རྒྱས་ཡང་བར་ངེས།

ཐུང་གཞི།

1. ཐ་སྙད་འབྲི་བ།

ཞིགས་པ། མཁའ་དབྱགས། རྒྱན་འབྱོར་ས།
 ཐིགས་པ། ཡར་རྒྱས། སློ་རིག

2. བྱངས་རྩ་མོ་ལངས་ན་བཟང་ཆ་གང་དག་ཡོད།

3. སློབ་ཚན་རིས་མོས་གྱིས་བསྐྱགས་ནས་སློབ་མ་ལྷ་ཡི་རྒྱ་དག་ཅིང་ལྟར་.....
 བར་བཟང་དགོས།

15. སྐལ་བཟང་དང་གནམ་གྱ་ཚུང་ཚུང་།

སྐལ་བཟང་ནི་བྱིས་པ་རིག་ཤིང་ཅིག་རེད།
ཁོའི་སེམས་སུ་གནམ་གྱའི་ཁ་ལ་བ་ཞིག་ཡོད་ན་.....
བསམ། དགོ་ཆུང་གྱིས་སྐབ་བྱིད་གནང་སྐབས་ཁོ་
གནམ་གྱ་བཟོ་བར་མགོ་གཡོང་བ་འདྲུག་

ཆུང་ལགས་གྱིས་དེ་མ་ཟོད་ནས། སྐལ་བཟང་
བྱིད་གྱིས་ཅི་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པ་འགྲེལ་བ་དེ་.....
གནང་བར། སྐལ་བཟང་
ཡར་ལངས་ཏི། སྐད་ཚུང་
ཏུས་གནམ་གྱ་བཟོ་.....
བཞིན་ཡོད་ཅེས་ཞུས།
ཆུང་ལགས་གྱིས་ད་ལྟ་སྐབ་སྐྱེད་ལགས་པོ་བྱས་ན།

ཚད་མེད་ངང་གནམ་གྱུར་བསྐྱད་དེ་ལག་པས་.....
 ཡར་རེག་མར་རེག་བྱས་ནས་གནམ་གྱུ་གཏོང་.....
 ཅིས་བྱེད་སྐབས། གནམ་གྱུས་སྒྲར་ཡང་གཞས་
 འདི་ལྟར་བཏང་བ་སྟེ།

རྣམ་ཀླན་ཤེས་བྱར་མ་སྦྱངས།
 བལ་ལྷན་
 ད་ཆ་འགྱུར་བ་སྦྱེས་སོང་།

གནམ་གྱུ་དོ་མ་གཏོང་སྐབས།

སྒྲལ་བཟང་སེམས་པ་འཆབ་སོང་།



སྐལ་བཟང་དངངས་འཛབ་ཀྱིས་ནས་སྒྲོ་བྱར་
ཏུ་གཉིད་ལས་སང།

སྒྲོ་བ་ལྷོགས་ཚས་བསམ་སྒྲོ་ཞིག་ཐོངས་དང་།
སྐལ་བཟང་ནར་སོན་ན་གནམ་གྱ་གཏོང་ཤེས་.....
སམ།

ཐུང་གཞི།

1. གཤམ་གྱི་ཐ་སྙད་འདི་དག་གི་དག་ཆ་ཤེས་དགོས།

གནམ་གྱ། ལམ་སང་། ཤོག་བྱ། བཀའ་འདི།
བསམ་སྒྲོ། དངངས་འཛབ། དགའ་སྒྲོ།
སྒྲོ་བྱར། སྒྲོ་རིག་རིག་གོང་། ལ་ཡེ་མི་ལམ།
དགོང་མོ། འགྱུར་པ།

2. སྐལ་བཟང་སྒྲོ་བ་སྒྲོང་ལ་སེམས་མི་འཁོར་བའི་དོན་ཅི་ཡིན། ཤན་ལགས་
གྱིས་ཇི་ལྟར་གསུངས།

3. སྐལ་བཟང་ནར་སོན་ན་གནམ་གྱ་གཏོང་བྱེད་བམ།

16. ལེ་ཉིན་ལོན་ཆུང་དུས།



ལེ་ཉིན་ཆུང་དུས་སྤྱན་ནོན་ཏན་གྱིས་སློབ་སྦྱང་...
 བྱེད་པའི་གྱིས་པ་ཞིག་ཡིན། ལེ་ཉིན་སློབ་གྲུང་འགོ་
 བའི་སྐབས་སྤྱ། བསྐྱེད་བྱ་ཆེད་མ་བསྐྱེད་པ་ཏ་
 ཅང་བཟང་། ཁོང་གིས་དགོ་ཆེན་གྱི་སློབ་བྲིད་ལ་
 སེམས་བསྐྱེད་པ་ནས་ཉན་པ་དང་དགོ་ཆེན་གྱིས་...
 སྦྱང་པའི་ལས་བྱ་ནོན་ཏན་གྱིས་སྦྱང།

ལེ་ཉིན་གྱིས་སློབ་གྲུའི་ནང་གི་བསྐབ་བྱ་.....
ལེགས་པར་སློབ་པ་ལས་གཞན། ད་དུང་སློབ་ཐུག་
དཔེ་ཆ་མང་པོ་བསྐྱགས། ཁོང་གིས་རྒྱན་པར་དཔེ་
ཆའི་ནང་གི་གཏམ་རྒྱུད་མི་གཞན་པར་བཤད།
ཁོང་ཉིད་དཔེ་ཆའི་ནང་གི་ལས་ལ་བརྩོན་པའི་.....
དཔལ་པོ་ལ་དགའ་ཞིང་། དེ་ཆོ་རང་ཉིད་ཀྱི་མིག་
དཔེ་བྱེད།

ལེ་ཉིན་གྱིས་དཔེ་ཆར་ཏ་ཅང་གཅེས་སྤྲོས་.....
བྱེད། ཁོང་གིས་དཔེ་ཆ་ལ་ནག་ཤོག་གཏན་ནས་མི་
བྱེད་པ་དང་། དཔེ་ཆ་གསུ་གར་གཏན་ནས་མི་
འཐེན།

ལེ་ཉིན་ལོ་ན་རྒྱུད་པའི་དུས་སུ་འདི་ལྟར་སློབ་
སྦྱང་བྱས།

ॐ नमो भगवते वासुदेवाय

1. གཤམ་གྱི་པ་སྒྲུབ་ནས་བཟུངས་པའི་ཆ་སྒྲོ་བ་རིམ་དཔྱད།

དཔའ་བོ། མིག་དཔེ། གཅེས་སྤྲུལ། གཏུམ་

ཐུང་། བན་ཏན། བཀ་ལོག་ བསྐབ་བྱ།

2. ལེ་ཤིན་ཆུང་ཏུ་ལ་ཤི་ལྟར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་བྱས། སྒྲིབ་ཕྱིར་དཔེ་ཆ་ཤི་ལྟར་
བཟུགས། དཔེ་ཆ་ལ་ཤི་ལྟར་གཅིས་སྒྲིབ་བྱས།

པལ་གསལ། དཔེ་ཆ་ལ་རི་ལྟར་གཅིས་སྒྲུབ་ལུས།

མང་གཞིའི་སྒྲིང་བརྒྱུ་ལ།

བཞི་ག་མུ་ཚེགས་བཅད་ལྟར་བྱུང་ས།

1. རང་ལ་དགོས་པའི་ཡོན་ཏན་དེ།

ཉི་མ་རེ་ལ་ཚིག་རེ་བྱུང་ས།

གང་ཞིག་ཉིན་བརྒྱ་སྤང་བ་ན།

ཚིག་བརྒྱ་མ་ལུས་སྤང་དུ་ཆུད།

*

*

*

2. ཞོགས་པ་སློ་རིག་གསལ་བའི་དུས།

ཤེས་ཡོན་སྤྱང་བའི་དུས་ཚད་རེད།

སློབ་སྤྱང་རྒྱན་མཐུད་བྱས་པ་ན།

ཉིན་རེ་བཞིན་དུ་ཡར་རྒྱས་ཡོང་།

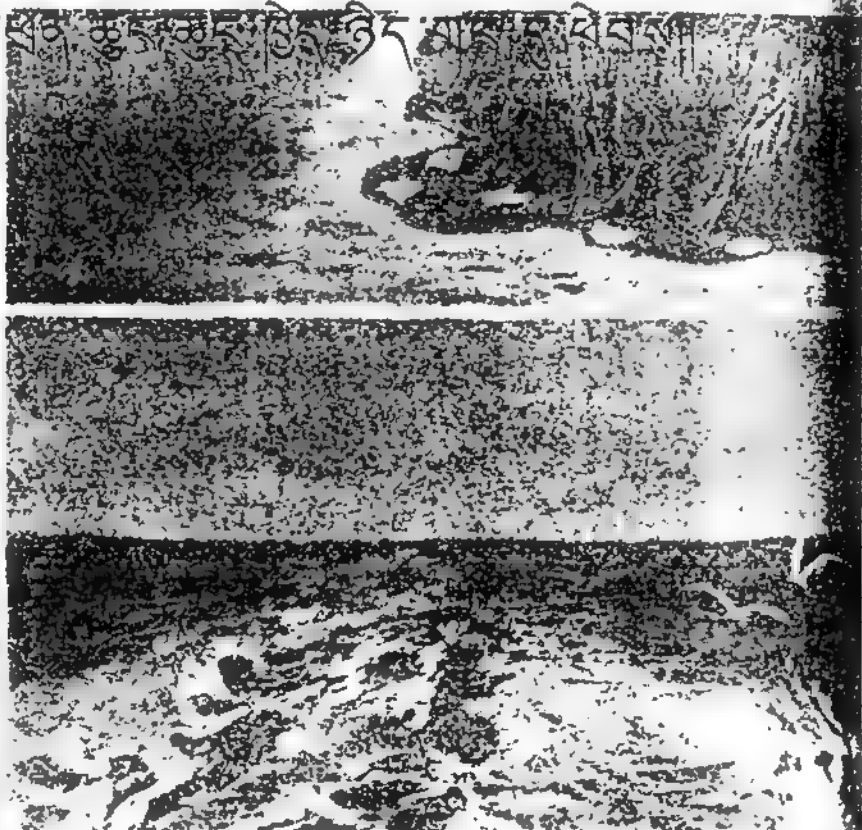
གཉིས། ཐུགས་ཚིག་གི་མིང་དང་དེའི་སྐད་འབྱིན་ཚུལ་བར་ཐིག་རིས་བྲིས་
ནས་སྒྲེལ་དགོས།

17. རྩ་མིག་ རྩ་ཕྱན།

རྩ་མིག་རྩ་རྩ་ཕྱིང་ཉིང་གང་དུ་ཐེབས།

རྩ་མིག་ང་རང་རྩ་ཕྱན་ནང་དུ་འབབ།

རྩ་ཕྱན་རྩ་རྩ་ཕྱིང་ཉིང་གང་དུ་ཐེབས།



ར་ཚེ་ཐམས་ཅད་རྒྱ་མཚོར་འབབ་པ་ཡིན།

ཁྱིཾ་ཅག་ཐམས་ཅད། ཁྱིཾ་ཉིད། འབབ་པ།

ଭସ୍ମା

59

19. ཆར་བ་འབབ་པ།

ཉི་མ་ཏ་ཅང་ཆ་ཟུགས་ཆེ། རི་ཐོང་གིས་རི་
ལྷེབས་སུ་གཟུག་མུ་འབྲེག་བཞིན་ཡོད།

ཁྱུག་ཏ་ཁོའི་མགོ་
ཐོག་ནས་འཕུར་.....
སོང་། རི་ཐོང་གིས་
སྐད་གསང་མཐོན་....
པོས་ཁྱུག་ཏ་ལགས། ..
ཁྱོད་དེ་རིང་འཕུར་...
བ་འདི་འདྲ་དམའ་བ་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ལ།
ཁྱུག་ཏ་ལྷིང་སྐྱོར་ཁྱུག་ཞོར་དུ་བཤད་རྒྱུར།
ཁ་དབུགས་བརྒྱན་གཤེར་ཆེ་བའི་དུས།



འབྲུ་རིགས་མང་པོའི་གཤོག་པ་ལ།

ཆུ་ཐིགས་འབྲུར་བས་འབྲུར་བ་དམལ།

ང་ཡིས་དེ་དག་འཛིན་པ་ལགས།

དེ་རིང་ཆར་བ་འབབ་ངེས་རེད་ཞེས་ཟེར་རོ། །རི་
བོང་གི་སེམས་ལ་འདི་ཆར་བ་འབབ་པའི་སྒྲ་ལྟས་
ཡིན་ནམ་སྒྲམ་ནས། མདུན་ཕྱགས་ཀྱི་ཇིང་བུའི་
ནང་དུ་བལྟས་ཆོ། ཉ་ལྷག་ནམས་ཀྱང་ཆུ་ངོས་སུ་
འབྲུག་རྒྱལ་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

རི་བོང་པར་སོང་.....

ནས་ཉ་མོ་ཆུང་ཆུང་.....

ལགས། དེ་རིང་ཁྱི་ཆོ་

ཆུ་ཡི་ཕྱི་ངོས་སུ་བུད་པ་

ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ལ། ཉ་མོ་ན་རེ།



ཆར་བ་འབབ་པའི་སྒྲ་ལྟས་སུ།

ཇིང་བྱ་ནང་དུ་ཆ་ཁྱུགས་འཐིབས།

ང་ཆ་ཆུ་ཡི་ཁར་བྱང་ནས།

བསིལ་བསེར་རྒྱང་བྱ་བཞེན་པ་ཡིན།

ཁྱོད་ཀྱང་བྱིམ་དུ་ལྷག་ན་དགའ།

ཞེས་ཟེར། རི་བོང་གིས་བྲེལ་ཟིང་ཆེན་པོས་སྒྲ་མ་
ཁྱེར་ཏེ། རང་བྱིམ་དུ་ལྷག་པའི་ལམ་བར་དུ་གྲོག་
མ་རྣམས་ལ་འང་ཆར་འབབ་པའི་གནས་ཚུལ་.....
བཤད་པ་ན། གྲོག་མ་རྣམས་པ་ཞིག་ན་རེ།

གྲོག་མ་པ་རི་བོང་

རྒྱང་རྒྱང་ལགས།

དེ་རིང་ཆར་ཞོད་

འབབ་ངེས་རེད།



གོག་ཚང་མཐོ་སར་སློབ་ཞིན་ཡོད།

འཕྲིན་བརྗེ་བསྒྲགས་པ་བཀའ་དྲིན་ཆེ།

ཞེས་བྲམ།

དེ་ནས་རི་བོང་གོམ་པ་རིང་ལེན་གྱིས་རང་.....

བྱིམ་ལ་ལོག་ཞོར་དུ། ཡུ་མ་ཡ། ཡུ་མ་ལགས།

ཆར་བ་འབབ་རྒྱ་རེད་ཅེས་སྐད་བརྒྱབ།

སློབ་ཕྱར་དུ་འབྲུག་སློབ་དང་མཉམ་དུ་ཆར་བ་.....

ཤག་ཤག་བབས་སོང་ངོ་།



སློབ་གཞི།

1. ཐ་སྙད་སློབ་དེས་པར་བྱེད་པ།

ཚ་རྒྱགས། རི་བོང་། རི་ལྗེབས། བྲག་རྒྱ། སྐད་

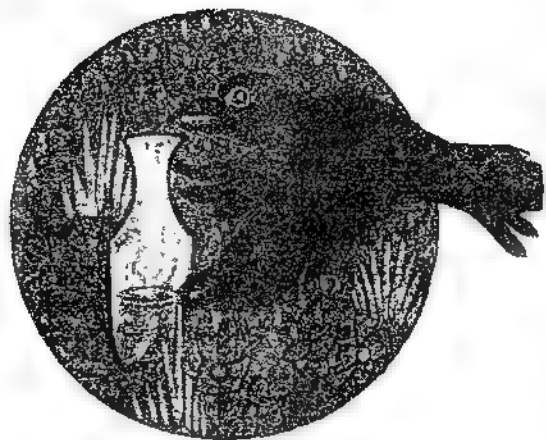
གསང་། རྩིང་སྒྲིང་། བརྒྱན་གསེར་། གཤོག་པ།
 རྩུ་ཁྱིག་ལ། སྒྲ་ལྟ་ལ། རྩིང་བྱ། བསྐྱེད་བསྐྱེད་།
 བྱིས་བྱིང་། སྒྲིག་ལ། སྒྲིག་ཚང་། ཆར་ཚོང་།

འཕྲིན་བརྒྱ། ལོ་མ་བ། ལྷོ་མ། ལྷོ་བྱུང།

2. རི་ཤང་གིས་ཆར་བ་འབབ་པའི་གནས་ཚུལ་རི་རྩུབ་ཤིས་པ་ཡིན།
 ཆར་བ་འབབ་པའི་རྩོན་ལ་སྒྲང་ཚུལ་ཅི་ཞིག་ཡིད།
3. རྩུབ་ཆ་བསྐྱང་བྱ།
- (1) ཆར་འབབ་པའི་རྩོན་ལ་ཁྲག་རྩ་འཕྱར་བ་()།
- (2) ཆར་འབབ་པའི་རྩོན་ལ་ཉ་ཕྱག་རྩམས་()འཁྲུག་བྱལ་བྱེད།
- (3) ཆར་འབབ་པའི་རྩོན་ལ་གྲོག་ཆང་()སྤྲོ་བ་རེད།

20.

ཕ་རྟག་གིས་ཚུ་འབྱུང་བ།



ཕ་རྟག་ཅིག་སྐྱེ་

ནས་གང་སར་ཚུ་.....

འཆོལ་དུ་སོང་བའི་...

ཆོ། ཚུ་སྤྱགས་ཡོད་

པའི་ཤེལ་དམ་ཞིག་...

མཐོང་། ཤེལ་དམ་དེ་སྐྱེ་རིང་ཞིང་ཁ་དོག་པ་དང་

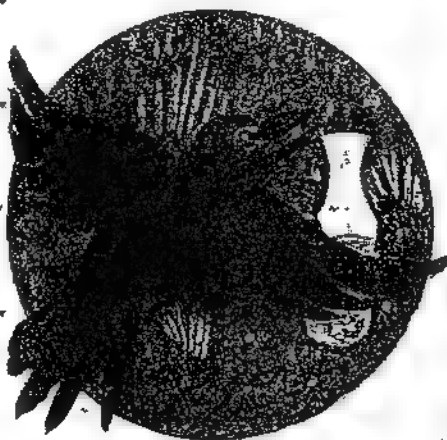
ནང་དུ་ཚུ་ཡང་མང་

ཕ་མེད་པས་འབྱུང་...

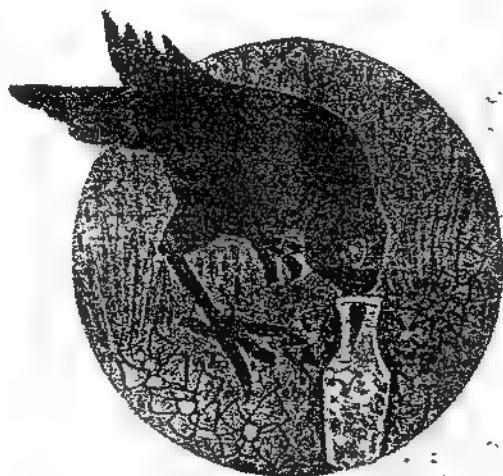
མི་ཐུབ། ཕ་རྟག་

གིས་ངེ་ལྟར་བྱས་ན་

བསམས།



དེ་ནས་ཕོ་རྒྱ་གིས་ཤེལ་དམ་གྱི་འབྲིས་སུ་རྩོ་
 རྩལ་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ཐབས་ཤིག་རྟོན།
 ཕོ་རྒྱ་གིས་རྩོ་རྩལ་རེ་རེ་བཞིན་ཤེལ་དམ་.....



བྱང་དུ་འཕངས་.....
 པས། ཤེལ་དམ་བྱང་
 གི་ཚུ་རིམ་གྱིས་རེ་.....
 མཐོང་སང་ནས་ཚུ་
 འབྲུང་ཐུབ་པར་.....
 བྱུང།

ལྷང་གཞི།

1. ཐ་སྙད་འབྲི་བ།

ཕོ་རྒྱ་ ཤེལ་དམ། རྩོ་རྩལ་ རིམ་གྱིས།
 བྱང་སར། སྒྲིམ་པ། འཕྲོལ་བ། རྩལ་ས་པ།
 མཐོང་བ། འབྲུང་བ། འཕངས་པ།

21. སེམ་ཀོང་།



གནའ་དུས་སུ་མིང་ལ་སེམ་ཀོང་ཟེར་བའི་
 བྱིས་པ་ཞིག་ཡོད། ཟེངས་ཤིག་ཁོ་བྱིས་པ་འགའ་
 ཞིག་དང་མཉམ་དུ་མི་རྟོག་ལུ་མ་རའི་ནང་དུ་སོང་
 བས་ཅི། གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གིས་སེམས་ཆུང་
 མ་བྱས་པར་ཆུ་ཇ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ནང་
 དུ་ལྷུང་།

གྲོགས་པོ་ཆུང་ཆུང་གཞན་ནམས་འཆབས་.....

ནས། ལ་ལ་རུ་བ་དང་ལ་ལས་སྐད་རྒྱལ་བཞིན་མི་
 འཁོད་རུ་བརྒྱལ་ས། སི་མ་གོང་འཛབ་འཚུབ་མི་
 ལངས་པར་རྩོམ་ཞིག་སྤངས་ནས་ཤུགས་ཀྱིས་རྩ་མ་
 དེར་ལན་འགར་བརྒྱབ་ཆོ་རྩ་མ་ཆག་སོང་།

རྩ་མ་ནང་གི་རྒྱ་བཟུར་བས། རྩ་མའི་ནང་རུ་
 རྒྱང་བའི་གྲོགས་པོ་རྒྱང་རྒྱང་དེ་བསྐྱབས་པ་རེད།

རྒྱང་གཞི།

1. ཐ་སྙད་འབྲི་བ།

འགའ། གནའ། བསྐྱབས། བཅུ་མ།

རྒྱ་རྩ། སེམས་རྒྱང་། འཛབ་འཚུབ།

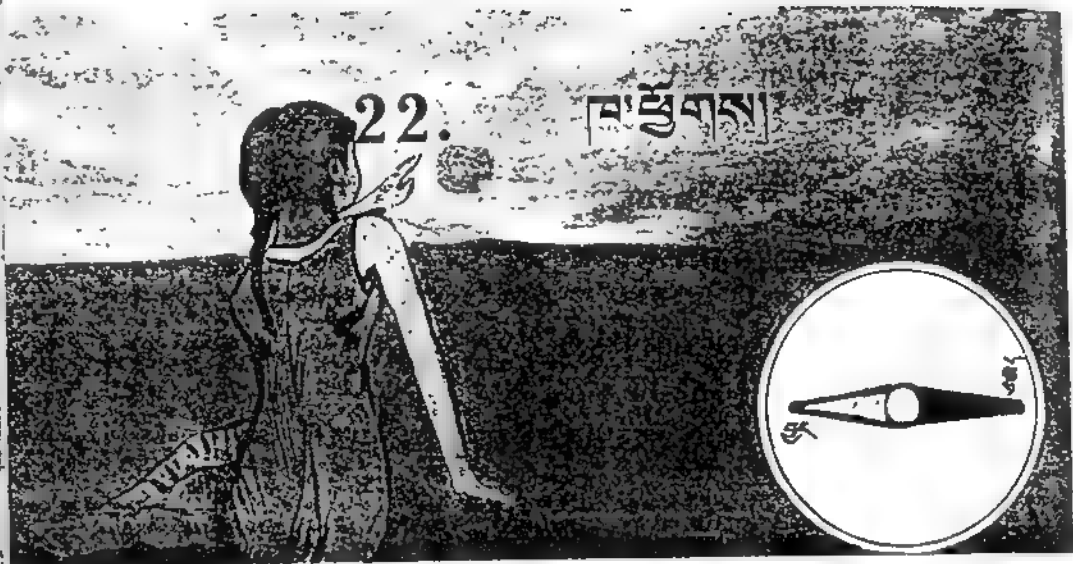
2. གཤམ་གྱི་དྲི་བ་ལ་ལན་ཐོབ་ས།

(1) རི་མོ་ཐོག་རུ་བྱིས་ཡོད་པ་ནི་ས་ཆ་གང་རེད། བྱིས་པ་རུ་

ཡོད། གང་ཞིག་སི་མ་གོང་རེད། ཁོ་ཆས་ཅི་བྱེད་བཞིན་ཡོད།

(2) བྱིས་པ་ཞིག་ཅིའི་བྱིར་རྒྱ་ནང་རུ་རྒྱང་། སི་མ་གོང་གིས་ཚུལ་

རི་རྒྱར་ཁོ་རང་བསྐྱབས།



ཞྀགས་པ་ཉི་མར་ཁ་གཏང་ན།
 མདུན་ནི་ཤར་དང་རྒྱལ་ནི་རུབ།
 གཡོན་ནི་བྱང་དང་གཡས་ནི་ལྷོ།
 ཤར་ལྷོ་རུབ་བྱང་ཁ་ཕྱགས་གསལ།

རྒྱང་གཞི།

1. ཐ་སྙད་འབྲི་བ།

ཁ་ཕྱགས། ཞྀགས་པ། གཡས། གཡོན། མདུན།

ཀྲུབ། ཤར། རུབ། རྫོ། བྱང། གསལ།

2. རིག་རིས་རྒྱུས་ནས་སྒྲིལ་བར་བྱེད་པ།

འོག་ས་པ་ཉིན་མར་ཁ་གཏང་ན།

མཆོད་ཀྱི

५८१

ཕྱུང་པ་ནི།

५२।

གཡོན་པོ་

୫୩।

གཡས་ནི

५३५

3. སྒྲོལ་ཆེན་གློ་མ་འཛིན་དགོས།

23. ཡུར་མ་ཡུར་བ།

ཡུར་མ་ཡུར་ནས་ཉིན་གུང་སློབས་པའི་ཆོ།

ཡུལ་ཆུ་ཐིགས་ནས་ཕྱག་ཚུའི་ས་ཡང་སྤངས།

མ་གཏོག་ཡོལ་ནང་གི་འབྲས་རྫོག་རེ་རེ་ནི།

འཕགས་པའི་འབྲས་བུ་ཡིན་པ་སྟེ་ཡིས་ཤིས།

ॐ नमः शिवाय

1. བ་སྐྱད་འབྲི་བ།

ཉིན་གུང་། རྩལ་ཆུ།

དཀར་ཡིལ་འབྲས་རྫོག

འབྲས་བུ། རལ་བ།

ཐིག་ས། སྒང་ས། རྩོད་ས།

2004年12月10日



ཐ་སྐྱོད་རྟུ་མིག

1. དབྱིད་དཔལ། བྱ་མོ། བར་སྒྲང་།
མཐོན་པོ། གཙང་པོ། རྒྱས་ཆལ། ས་གནི།
ཆེན་པོ། མི་ཡུལ།
ལྗང་མདོག་ ཅི་ཤིང་། ཐམས་ཅད།
འཕྱིན་བཟང་།
2. མདངས་ལྗན། འབྲི་ཆུ། འགམ་དོགས།
ལྗང་ལྷུག་ རྒྱབས་ཆེན། མེས་རྒྱལ། ས་རྒྱ།
3. ལྷམ་ར། ཤིང་རྟོག་ རྩེ་བ། དབྱིད་ཀ། སྟོན་ཀ།
ཁམ་བྱ། ཀུ་བྱ། སྒྲིན་པ། བཞད་པ།
4. དགུང་སྟོན་གནམ། བྱ་བྱིའུ། གཤོག་འགྱུར།
ཐུགས་ཁུར།

5. ཁྲོན་པ། སྤལ་པ། སྒྲོན་པ། ཐག་རིང་།

ཆོད་མེད། ལེ་བར། གྲོགས་པོ། གད་མོ།

འཕུར་པ། འཆུག་པ། འཆོལ་པ།

6. སྒྲོན་ཆད། གང་ངར། དགུན་ཁ། སྒྲིང་རྩེ།

གནོད་འཆོ། འཕྲལ་དུ། འབྲགས་པ། དུན་པ།

སྤོང་པ། འཆི་བ།

7. ཡར་ངོ། ལྷ་བ། བྱ་གཟིངས། དགུང་སྒྲོན།

འཆོར་བ།

8. རྩེང་བུ། ཉ་མོ། ཁོ་ཆོ། ལྷག་མ། བར་སྤང་།

ལྷང་སྤྲོང་། བརྩེད་ཏྲགས། སྒྲོན་དཀར།

9. ཞིང་པ། མ་ཆོས་ལ་ཏྲག ལ་ཕུག བྱི་ལ།

ས་པོན། སེལ་ཏྲག བྱ་སྤྲོང་། མོད་པོ།

10. གབ་ཆོག རྒྱང་རིང་། ཐག་ཉེ། བྲག་འགུལ།

11. ཉི་མ། སའི་གོ་ལ།

12. སྐར་དབྱང་། རྒྱང་ཤེལ། གནམ་རིག་མཚོ་
དམག་

སོ་ལྷ། དག་པོ། སྤ་མཐོང་ཆེ་ཤེལ། རྒྱ་འཇུག་
དམག་གྲ། སྐྱག་ལྷའི་རྒྱང་ཤེལ།

13. སྤྱིང་སྤྱིབས། དངོས་གནས། ཚོན་མདངས།
གནམ་གྲ། སྤྱིང་སྐར། བམ་མཁའ། སྤྱ་ཚོགས།
མེ་རྟག

14. ཞོགས་པ། མཁའ་དབྱགས། རྒྱན་འཁྱུངས།
ཐིགས་པ། ཡར་རྒྱས། སྤྱི་རིག

15. གནམ་གྲ། ལམ་སང་། ཤོག་བྲ། བཀའ་འདྲི།
བསམ་སྤྱོ། དངངས་འཚབ། དགའ་སྤྱོ། སྤྱི་
བྲ། སྤྱི་རིག རིག་གོང་། ལ་ཡེ། མི་ལམ།

དགོང་མོ། འགྲོང་པ།

16. དཔའ་བོ། མིག་དཔེ། གཅེས་སྤྲུལ། གཏམ་

རྒྱད། ཉན་ཏན། ཉག་ཉོག་བསྐྱབ་བྱ།

17. རྩ་མིག་ རྩ་ཕན། རྩ་བོ། གཙང་བོ།

རྩ་མཚོ། བྱིང་ཅག་བྱིང་ཉིང་། འབབ་པ།

18. ཡ་མཚན། རྒྱངས་པ། ཆབ་རོམ། ཅི་ཤིང་། སྤྲོག་

ཆགས།

19. ཚ་རྩལ་ས། རི་བོང་། རི་ལྗེབས། ལུག་ཏ། སྐད་

གསང་། ལྗིང་སྐྱར། བརྒན་གཤེར། གཤོག་པ།

རྩ་ཐིགས། ལྷ་ལྷས། བསེལ་བསེར། བྲེལ་བྲིང་།

སྤྲོག་མ། སྤྲོག་ཚང་། ཆར་ཞོད། འཕྲིན་བརྒྱ།

གོམ་པ། སྤྲོ་མ།

20. བོ་རོག་ཤེལ་དམ། རྩ་རྩལ་རིམ་གྱིས། གང་

སར། སྒྲིམ་པ། འཆོལ་བ། ལྷགས་པ། མཐོང་བ།
འཐུང་བ།

21. འགའ། གནའ། བརྒྱབས། མཉམ།
ཆུ་ཇ། སེམས་ཆུང་། འཆབ་འཆུབ།
22. ཁ་སྒྱགས། ཞྀགས་པ། གཡས། གཡོན། མཏུན།
ཐུབ། ཤར། ཐུབ། རྫོ། བྱང་།
23. ཉིན་གུང་། རུལ་ཆུ། དཀར་ཡོལ། འབྲས་རྫོག
འབྲས་བྲུངལ་བ། ཐིགས། ཐྲངས། ཐྲེབས།
24. ཁོང་ཉིད། ཆུ་སྒྱགས། སྒྲ་གམ། ཆུ་སྒྲོད།
དགའ་སྒྲོ། ལྷུར་མོ། ཐག་རིང་།
གསེར་མདོག བྲེལ་བིང་། ཉིད་འོད།
25. དམག་འཁྲུག ཁོམ་པ། ཐེ་ཆོམ།
དམག་ལྷ། དམག་ལྷ། དགའ་བ། གོན་པ།

དཔུང་རྟགས། ལྷ་ལྷམ། མ་གཞི།
དཔུང་བ། བདེ་ཐང་། འཕྲལ་རུ།

